



Menumbuhkan Karakter Optimis Melalui Konseling Bagi Mahasiswa (Refleksi Bimbingan dan Konseling di Biro Tazkia IAIN Salatiga)

Wahidin
IAIN Salatiga
weaidin@gmail.com

Abstract

Urgensi bimbingan dan konseling di perguruan tinggi (BKPT) sangat diperlukan untuk membantu mengembangkan soft skill dan menyelesaikan persoalan mahasiswa. Tujuan penelitian ini untuk mengelaborasi pengalaman praktis Biro Tazkia IAIN Salatiga dalam menumbuhkan karakter optimis mahasiswa. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan penggalan data berasal dari dokumentasi dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, kehadiran Biro Tazkia berperan sebagai wahana membantu menumbuhkan karakter optimis mahasiswa, tempat curhat mahasiswa, dan saluran kreatifitas mahasiswa dalam organisasi.

Kata kunci : Karakter Optimis, Biro Tazkia, Konseling

© Published by Panitia SNBKPT 2018

1. PENDAHULUAN

Kesuksesan studi mahasiswa akan berpengaruh terhadap kesuksesan hidupnya, baik kesuksesan sebagai pribadi maupun kesuksesan sebagai warga masyarakat dunia. Kesuksesan mahasiswa bukanlah pemberian/warisan, akan tetapi harus diusahakan oleh mahasiswa serta adanya dukungan pihak lain. Mahasiswa yang sukses akan memiliki harga diri (*self-esteem*) yang tinggi. Self-esteem yang tinggi mampu memberikan kebanggaan bagi diri sendiri, keluarga, almamater, masyarakat, bangsa dan negara.

Kesuksesan mahasiswa dapat dikategorikan menjadi dua, yakni kesuksesan selama mahasiswa menempuh studi di PT dan kesuksesan setelah mahasiswa lulus. Kesuksesan mahasiswa tatkala di kampus akan menjadi gerbang bagi kesuksesan tahap berikutnya. Sukses mahasiswa ketika masih di kampus ditandai kemampuan mahasiswa memadukan potensi akademis dan emosinya untuk menyelesaikan studi. Sementara itu, kesuksesan setelah lulus bagian perjalanan hidup yang dialami oleh masing-masing individu dengan kadar yang berbeda-beda. Ukuran kesuksesan ini bukan dari banyaknya pundi-pundi kekayaan yang dikumpulkan, tetapi kemampuan mahasiswa mengelola hidup agar lebih bermanfaat bagi orang lain.

Kesuksesan mahasiswa dipengaruhi oleh karakter optimis yang diperlu untuk dikembangkan. Karakter optimis merupakan karakter tangguh (*strenght character*),



yakni suatu sikap mental yang terefleksi dalam pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang tergambar dalam penerimaan akan kesuksesan (Peterson dan Seligman, 2004). Dalam karakter ini adanya keyakinan yang menyeluruh akan terjadinya sesuatu yang positif (baik) di masa depan (Scheier, Carver, dan Bridges, 1994). Optimism juga dapat dipahami dalam dua hal, *pertama*, harapan atau keyakinan akhir yang baik, dan *kedua*, keyakinan atau kecenderungan untuk meyakini bahwa segala sesuatu di dunia memiliki kemungkinan untuk terjadi secara positif (Gillham, et. al., 2001). Keyakinan dan harapan akan masa depan yang positif menjadi *spirit* bagi kehidupan manusia serta sebagai benteng pertahanan dalam mengatasi berbagai persoalan kehidupan.

Melalui karakter optimis tersebut, mahasiswa akan mempunyai semangat untuk mencapai kesuksesan. Kesuksesan mahasiswa dalam studi tidak hanya ditentukan oleh faktor tunggal individu mahasiswa semata, tetapi dipengaruhi oleh faktor pendukung lainnya, seperti orang tua, dosen pembimbing akademik, dosen pengampu mata kuliah, dan teman sebaya. Dukungan dari pihak-pihak dimaksud memberikan andil yang besar terhadap kesuksesan studi mahasiswa, terlebih ketika mahasiswa mengalami persoalan yang membutuhkan bantuan orang lain.

Kegagalan studi mahasiswa terjadi bukan karena ketidakmampuan mahasiswa secara akademi, bukan karena mahasiswa bodoh, melainkan karena aspek praktis yang tidak dipersiapkan dengan baik, seperti sikap yang suka menunda-nunda pekerjaan, sikap meremehkan tugas, tidak teliti, kecemasan dalam menghadapi tugas maupun dosen dan lemahnya spiritual mahasiswa.

Beberapa persoalan tersebut sejatinya dapat diselesaikan dengan baik apabila mahasiswa memiliki pembimbing yang mengerti persoalan yang dihadapi mahasiswa. Dalam tataran normatif, setiap mahasiswa diberi dosen Pembimbing Akademik (dosen PA) yang berfungsi sebagai tempat untuk konsultasi/curhat apabila mahasiswa mengalami kebuntuan dalam menyelesaikan persoalannya. Akan tetapi fakta dilapangan, keberadaan dosen PA belum bisa berfungsi secara maksimal seperti yang diharapkan. Beberapa penyebab yang ada dapat berasal dari pribadi dosen PA, seperti kesibukannya untuk melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi (pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat), kurang kepedulian dosen PA terhadap aspek pribadi dan sosial emosional mahasiswa, anggapan dosen PA bahwa mahasiswa sebagai individu dewasa yang mampu menyelesaikan persoalannya secara mandiri, dosen PA cenderung kurang bersahabat dengan mahasiswa, karakter dosen PA yang lebih memintingkan aspek akademis di kampus, dan lain sebagainya.

Sementara faktor buntunya komunikasi antara dosen PA dengan mahasiswa dapat berasal dari mahasiswa, seperti adanya perasaan *sungkan* (malu) dari mahasiswa ketika harus menceritakan permasalahannya kepada dosen PA, tradisi *feodal* yang dianut dosen



PA sehingga mereka menjaga jarak dengan mahasiswa, khawatir permasalahannya diketahui oleh orang lain, perasaan takut dan cemas dari mahasiswa apabila bertemu dengan dosen PA sehingga mengalami kesulitan mengutarakan ide maupun gagasan terhadap persoalan yang dialaminya, anggapan dari mahasiswa dosen PA hanya berurusan dengan persoalan akademik semata, dan kurangnya percaya diri mahasiswa untuk menemui dosen PA.

Adanya kebuntuan komunikasi tersebut berdampak terhadap persoalan yang dihadapi oleh mahasiswa semakin kompleks, terlebih sebagian mahasiswa tidak mempunyai tempat curhat dan konsultasi yang nyaman. Ketika kondisi seperti itu terjadi masih ada piranti yang dapat dipergunakan oleh mahasiswa, yakni dengan melakukan curhat/konsultasi dengan teman sebaya (*peer counseling*). Dukungan teman sebaya memberikan dampak yang besar untuk membantu mengatasi persoalan yang dialami oleh remaja (mahasiswa), tetapi terkadang mahasiswa tidak terlalu percaya dengan teman sekitarnya, sehingga persoalan yang dihadapi harus dipikir dan dipecahkan sendiri.

Beberapa persoalan di atas membutuhkan kesadaran dari pimpinan PT untuk memberikan layanan konseling bagi mahasiswa. Layanan yang dimaksud bukan sekedar layanan yang bersifat praktis akademis, tetapi layanan yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa untuk menyelesaikan persoalan-persoalan yang dihadapi mahasiswa (pribadi, sosial, studi, dan karir). Prinsip yang dibangun adalah mahasiswa sebagai individu yang sedang berkembang membutuhkan bimbingan orang lain untuk membantu menyelesaikan persoalan yang dihadapinya. Karena tidak semua mahasiswa mempunyai kemampuan dengan baik untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

2. PEMBAHASAN

Karakter optimis memiliki makna penting bagi kehidupan individu, yakni: sebagai pembentuk kesejahteraan psikologis, kesehatan mental dan kepuasan hidup (Seligman, 2006); menjadikan individu kreatif, tidak mudah putus asa, kerja keras, dan lebih banyak tersenyum (Myers, 2000); keterhubungan dengan emosi positif dan perilaku positif yang menimbulkan kesehatan, hidup yang bebas stress, hubungan sosial dan fungsi sosial yang baik (Daraei dan Ghaderi, 2012); dan kecakapan individu dalam memprediksi terhadap situasi yang penuh dengan tekanan (David, et al., 2006).

Signifikansi karakter optimis yang begitu nyata dalam kehidupan menjadikan individu memiliki orientasi dan tujuan (*goal*) yang akan diraih pada masa depan, sehingga akan mempengaruhi individu bertindak untuk mengusahakan tujuan itu. Melalui etos kerjas, semangat pantang menyerah, tahan banting, mempunyai daya juang, kreatif, mempunyai keberanian akan menjadikan individu menjadi pribadi mandiri. Keyakinan seperti itulah yang akan menghantarkan individu mencapai hasil yang positif.



Dimana pencapaian tersebut akan menimbulkan kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental dalam dirinya yang digambarkan sebagai sikap positif individu dalam menghayati dan menjalani fungsi-fungsi psikologisnya dengan baik (Ryff dan Singer, 2006).

Signifikansi karakter optimis sebagaimana gambaran di atas dibutuhkan dalam era globalisasi saat ini. Melalui optimis, akan melahirkan individu dengan kemampuan kecakapan berpikir tinggi, pemanfaatan teknologi informasi, semangat kolaborasi, dan kesadaran sebagai warga dunia. Kecakapan-kecakapan tersebut teraktualisasi dalam suatu nilai (*value*) yang terfeleksi dalam sikap, pengetahuan dan keterampilan hidup yang dipegang pegangan oleh individu dengan adanya keyakinan hasil yang positif di masa depan.

a. Urgensi BK di Perguruan Tinggi

Ekspektasi masyarakat terhadap generasi muda yang memiliki standar kualitas yang tinggi dalam era globalisasi tidak terelakkan. Tumpuan harapan tersebut dibebankan kepada PT, karena sebagai tempat untuk mencetak pemimpin masa depan. Mahasiswa di PT perlu diberikan bekal keterampilan dan kecakapan hidup (*life skills*) untuk berperan serta secara efektif dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara.

Ada empat pilar pendidikan yang dicanangkan UNESCO, yakni: belajar untuk mengetahui (*learning to know*), belajar untuk berbuat (*learning to do*), belajar untuk menjadi jati diri (*learning to be*), dan belajar untuk hidup bermasyarakat dalam damai (*learning to live together*). Apabila perguruan tinggi mampu menerapkan empat pilar tersebut dengan baik bagi mahasiswanya, maka mahasiswa akan memiliki kecakapan hidup yang dibutuhkan di masyarakat. Kecakapan tersebut bukan bersifat alamiah, tetapi harus dipelajari dan perlu ada bimbingan dari dosen maupun kebijakan program di perguruan tinggi.

Konsep program bimbingan dan konseling di perguruan tinggi sejatinya bertujuan agar mahasiswa memiliki kemampuan intelektual dan profesional, berakhlak mulia dan berkepribadian yang mantap, sehingga mereka mampu memberikan kontribusi yang bermakna bagi kemajuan dan kesejahteraan hidup dirinya dan juga orang lain (Yusuf, 2009). Tujuan tersebut dapat dipetakan menjadi empat catur sukses, yakni: (1) sukses pribadi, (2) sukses sosial, (3) sukses akademik, dan (4) sukses karier (Syamsu, 2009).

Dua hal diatas (pilar pendidikan menurut UNESCO dan catur sukses) menjadi sesuatu yang penting bagi mahasiswa. Untuk mencapai hal itu, bagi sebagian mahasiswa membutuhkan bantuan, bimbingan, hingga konseling dari orang lain. Dalam konteks ini diperlukan unit yang bisa membantu mahasiswa untuk menyelesaikan persoalan yang dihadapinya.



b. Sejarah Pendirian Biro Tazkia

STAIN Salatiga di tahun 2008 sebagai perguruan tinggi negeri yang sedang berkembang, terdapat persoalan yang kompleks, termasuk yang dialami oleh mahasiswanya. Persoalan yang ada adakalanya bersifat akademis (minat belajar dan prestasi rendah), hubungan sosial (antar mahasiswa, dengan dosen), persoalan asmara, dan keuangan (ketidakmampuan membayar SPP dan kesulitan mencukupi kebutuhan harian). Beberapa persoalan yang dialami mahasiswa ibaratnya seperti gunung es, dengan puncak esklasinya adalah persoalan tindak pidana dan asusila yang menimpa mahasiswa STAIN Salatiga.

Banyak persoalan pada mahasiswa, membuat beberapa dosen yang peduli terhadap mahasiswa bergerak cepat untuk mewujudkan impian memiliki tempat curhat/konsultasi bagi mahasiswa. Beberapa dosen STAIN Salatiga (sekarang IAIN Salatiga) yang memiliki kepedulian terhadap persoalan yang dihadapi mahasiswa tergerak untuk membentuk wadah yang dapat dijadikan tempat curhat bagi mahasiswa. Perlu disampaikan, pada saat itu STAIN Salatiga belum mempunyai program studi Bimbingan dan Konseling (BK) ataupun Psikologi. Dua jurusan yang ada saat itu di STAIN Salatiga adalah Jurusan Tarbiyah dan Jurusan Syariah. Jurusan Tarbiyah membawahi program studi Pendidikan Agama Islam (PAI), Pendidikan Bahasa Arab (PBA), Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI), dan Tadris Bahasa Inggris (TBI). Sementara Jurusan Syariah melingkupi 4 program studi diantaranya Ahwal al-Syakhiyah, Hukum Syariah, Manajemen Syariah, dan Mua'malah.

Hal yang dilakukan adalah menjalin komunikasi intens dengan pimpinan-pimpinan STAIN Salatiga, dengan Ketua STAIN Salatiga Dr. Imam Sutomo, M.Ag. Beberapa koordinasi dilakukan untuk memantapkan pendirian wadah tersebut, salah satu hasilnya adalah mendirikan Biro Konsultasi Tazkia (Biro Tazkia). Biro Tazkia diresmikan pada 8 Maret 2008 oleh Ketua STAIN Salatiga.

Garis koordinatif Biro Tazkia adalah Pembantu Ketua (PUKET 3) Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama. Untuk mendukung jalannya Biro Tazkia pimpinan STAIN Salatiga memberikan fasilitas berupa ruangan untuk tempat konsultasi bagi mahasiswa serta mengangkat Direktur sebagai pelaksana Biro Tazkia. Direktur yang diangkat untuk periode pertama (2008 – 2012) adalah Lilik Sriyanti, M.Si, dengan kelengkapan divisi meliputi divisi Konseling/Konsultasi, divisi Psikotes, Divisi Pelatihan, dan Divisi Research dan Pengembangan SDM.

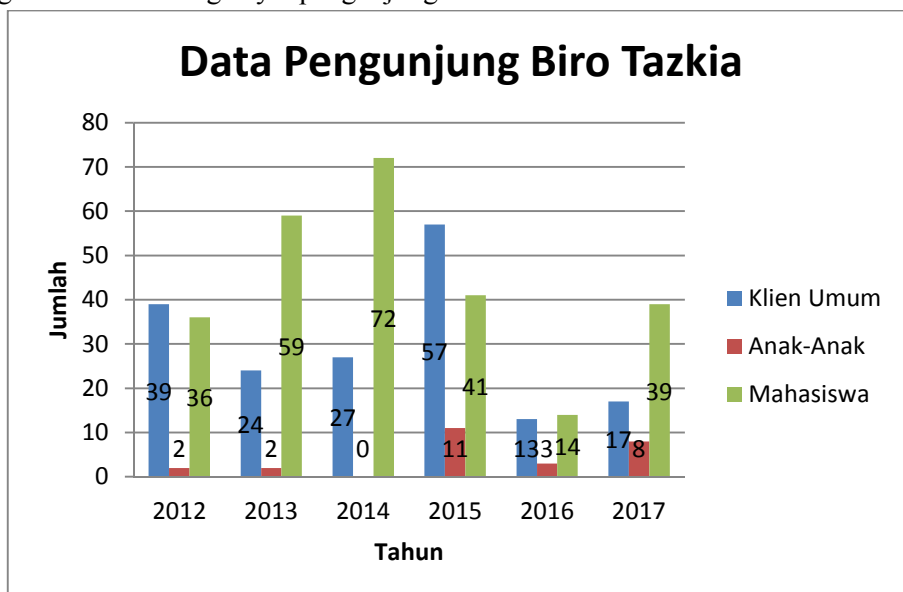
Masing-masing divisi diisi tenaga sukarelawan dosen yang peduli dengan kehidupan mahasiswa dengan latar belakang pendidikan yang berbeda, mulai dari psikologi, manajemen pendidikan, pendidikan Islam, hingga hukum Islam. Personil yang ada mempunyai satu tujuan untuk memberikan pelayanan kepada mahasiswa, khususnya

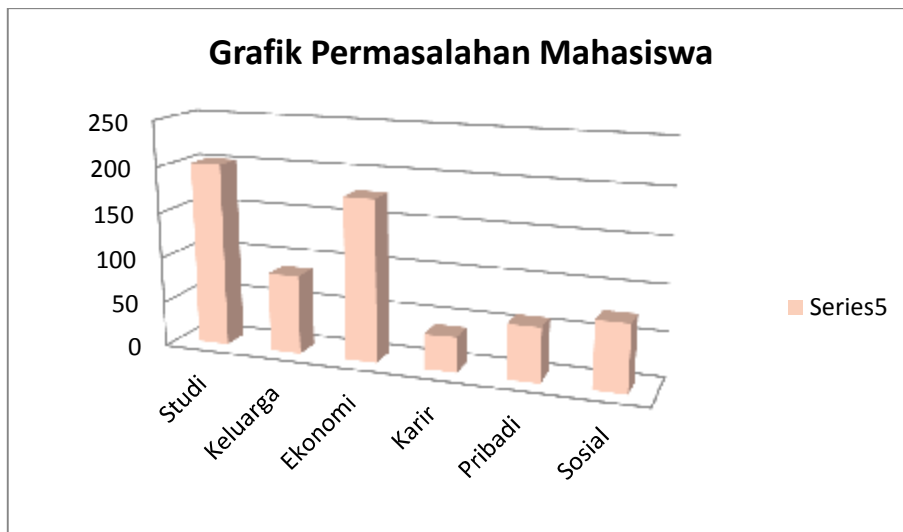
memberikan konseling ketika mahasiswa mengalami persoalan yang membutuhkan tempat untuk berbagi.

Perlu dicatat bahwa Biro Tazkia merupakan organisasi independen di IAIN Salatiga. Anggaran dana untuk kegiatan Biro Tazkia berasal dari iuran dosen serta jadwal jaga bagi konselor. Dalam kondisi demikian, apabila mahasiswa mengalami persoalan, maka mahasiswa memutuskan untuk konsultasi di Biro Tazkia, maka tidak dipungut biaya.

Program utama Biro Tazkia adalah memberikan layanan konseling bagi mahasiswa. Untuk menunjukkan eksistensinya Biro Tazkia melakukan pengembangan kegiatan bagi pembentukan karakter mahasiswa seperti *Achivement Motivationg Training* (AMT), *Emotional Spiritual Quation* (ESQ) dengan cara kerjasama dengan unit-unit lain di STAIN Salatiga yang memiliki dana untuk pengembangan mahasiswa.

Sejak Biro Tazkia didirikan dan diperkenalkan kepada mahasiswa, kiprah lembaga ini semakin menunjukkan eksistensinya dengan dibuktikan dengan banyak mahasiswa yang melakukan konseling. Data menunjukkan bahwa sejak tahun pertama, Maret 2008 hingga Juni 2011 jumlah pengunjung dari kalangan mahasiswa berjumlah yang melakukan konsultasi berjumlah 81 mahasiswa. Sementara grafik dibawah ini menggambarkan tentang daya pengunjung Biro Tazkia.





Untuk mengembangkan sayap dan peran Biro Tazkia, pada bulan Juni tahun 2011 ruang lingkup Tazkia diperluas tidak hanya bagi mahasiswa STAIN Salatiga, tetapi juga memberikan layanan kepada masyarakat baik melalui konseling maupun psikotes. Untuk memperluas ruang gerak Biro Tazkia, hal yang dilakukan adalah menambah kata “Psikologi” kedalam namanya, menjadi Biro Konsultasi Psikologi Tazkia. Untuk penyebutan tetap menggunakan nama Biro Tazkia, yang berarti tempat untuk mensucikan dan mencerahkan jiwa.

Pada saat ini layanan yang diberikan Biro Tazkia meliputi: (1) Konseling dan konsultasi, (2) Psikotes, dan (3) pelatihan atau training. Sementara metode/pendekatan yang digunakan diantaranya, hipnoterapi/hipnoeducation/hipnoparenting, solusi qur’ani, Emotional Freedom Technique, out bond, dan workshop/seminar/pelatihan.

Kiprah Biro Tazkia dalam membantu menyelesaikan permasalahan juga dilakukan melalui sayap-sayap organisasi yang dikelola oleh mahasiswa, seperti: (1) Majelis Doa Mawar Allah, sebuah kegiatan dengan fokus pada psikoterapi massal dengan media dzikir dan shadaqah kepada anak yatim piatu dengan pelaksanaan kegiatan setiap bulan; (2) Pusat Informasi Keremajaan (PIK) Sahaja,; (3) *Peer Conseling*, wadah yang; dan (4) Divisi Kewirausahaan mahasiswa.

c. Prinsip Kerja Biro Tazkia

Prinsip kerja yang dilakukan oleh Biro Tazkia adalah memberikan pelayanan yang terbaik kepada mahasiswa. Pelayanan itu diwujudkan melalui tiga prinsip, yakni *dijemput, dilayani, dan diantarkan*.



Perubahan status dari “siswa ke mahasiswa” akan menjadikan individu memiliki ekspektasi dan tanggung jawab yang besar. Ada beberapa individu pada saat melangkah ke kakinya ke perguruan tinggi sudah siap menjadi mahasiswa yang sejati, dengan ciri adanya kemandirian hatinya untuk mengikuti seluruh kegiatan akademik dan non akademik di kampus, adanya tanggung jawab untuk melanjutkan estafet kepemimpinan bangsa, adanya kesiapan sosial emosional tentang status yang disandangnya sebagai mahasiswa dengan cara berpikir rasional, mandiri, tanggung jawab, berdedikasi, menjunjung moral, mengedepankan akademik, serta menjalani kehidupan dengan optimis. Akan tetapi ada sebagian individu belum menyadari tentang perubahan status yang dimilikinya ketika ia sudah belajar di perguruan tinggi. Dalam kondisi seperti itu, individu yang belum menyadari tentang eksistensi dirinya perlu mendapatkan bimbingan dan penyadaran.

Untuk menjembatani persoalan itu, maka menerapkan prinsip yang pertama yakni *menjemput* mahasiswa agar menjadi mahasiswa yang sejati perlu dilakukan. Upaya untuk *menjemput* mahasiswa dilakukan bagi mahasiswa seluruh mahasiswa, baik yang menyadari eksistensi dirinya secara utuh sebagai mahasiswa maupun yang belum menyadari eksistensi dirinya. Melalui usaha *penjemputan* ini diharapkan mahasiswa akan dapat berkembang secara optimal melalui potensi-potensi yang dimilikinya.

Hal yang dapat dilakukan untuk melaksanakan prinsip ini yakni dengan menyisipkan program dalam kegiatan orientasi kepada mahasiswa baru, seperti memberikan *Achievement Motivation Training* (AMT), *Emotional Spiritual Intelligence Quotion* (ESIQ), atau kegiatan yang serupa lainnya. Untuk melaksanakan prinsip ini dapat dilakukan dalam berbagai setting, baik kelompok besar sekali kegiatan maupun bersifat individual melalui pendampingan dari kakak tingkat atau kakak asuh.

Prinsip kedua adalah *melayani*. Memberikan pelayanan kepada mahasiswa dengan sebaik-baiknya dalam kehidupan akademik dan non akademik di kampus menjadi sesuatu yang menentukan bagi masa depan mahasiswa. Mahasiswa akan mempunyai pengalaman sebagai individu yang berharga selama proses perkuliahan di kampus. Pelayanan kepada mahasiswa ini dilakukan oleh segenap civitas akademik, seperti pimpinan, dosen PA, dosen pengajar, tenaga akademik, pusat pengembangan mahasiswa, hingga laboratorium BK atau UPT LBK. Pelayanan kepada mahasiswa dapat diwujudkan dalam bentuk mengajarkan *software life skill* untuk mengelola seluruh potensi yang dimilikinya. Hal yang dapat dilakukan melalui pendampingan, memberikan bimbingan dan konseling ketika mahasiswa mengalami masalah, pelatihan dan lain sebagainya.

Pelaksanaan prinsip kedua ini memiliki makna penting bagi kehidupan mahasiswa karena ada sebagian mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan dalam menyelesaikan persoalan dirinya dengan baik. Memberikan *pelayanan* bimbingan dan konseling



maupun melalui program-program yang lain agar mahasiswa dapat berkembang secara optimal. Masing-masing perguruan tinggi akan memiliki bentuk pelayanan yang berbeda-beda, tetapi tujuannya sama yakni menyiapkan mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa melalui pengembangan potensi yang dimilikinya.

Prinsip ketiga adalah *menghantarkan* mahasiswa dalam konteks sebelum mereka meninggalkan kampus atau sebelum mereka diwisuda. Prinsip ini penting dalam rangka membangun keyakinan dan kepercayaan diri mahasiswa sebelum mereka terjun ke masyarakat. Untuk menghantarkan mahasiswa ke jenjang berikutnya, perguruan tinggi dapat melakukan berbagai kegiatan dalam rangka untuk membangun wawasan mahasiswa menyiapkan diri untuk berkarir, memberikan pemahaman tentang nilai-nilai pernikahan dan kehidupan berkeluarga, pemahaman mahasiswa tentang peran, fungsi, dan kedudukan dalam kehidupan sosial masyarakat, serta pemahaman mahasiswa akan peluang dan tantangan dalam kehidupannya kedepan.

Ketiga prinsip tersebut (dijemput, dilayani, dan diantarkan) menjadi satu rangkaian yang berfungsi untuk mengembangkan mahasiswa secara optimal. Dengan mengacu pada prinsip tersebut, diharapkan mahasiswa memiliki keyakinan dan sikap optimis baik dalam masa studi maupun paska mereka menjadi alumni. Ikatan emosional yang kuat antara mahasiswa dan kampusnya akan memberikan dampak yang besar bagi kehidupan individu di masa yang akan datang.

d. Penguatan Dimensi Spiritual

Hal khusus yang mencirikan layanan yang dikembangkan dalam Biro Tazkia baik kepada mahasiswa maupun untuk masyarakat umum adalah penguatan dimensi spiritual/religius. Pengembangan dimensi spiritual/religius terintegrasi dalam layanan konseling maupun psikoterapi yang diberikan. Setidaknya piranti untuk menumbuhkembangkan dimensi spiritual/religius dapat penanganan konseli dapat dilihat dari beberapa kegiatan yang dilakukan, seperti: (1) *Achivement Motivationg Training* (AMT) maupun *Emotional Spiritual Quation* (ESQ) senantiasa disandarkan pada nilai-nilai luhur Islam; (2) psikoterapi massal yang dilakukan melalui Majelis Doa Mawar Allah menggunakan pendekatan agama untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh konseli, diantaranya menggunakan shalat, dzikir, sedekah santunan anak yatim piatu, dan doa; (3) solusi qur'ani menggunakan pendekatan al-Qur'an untuk membantu mengatasi permasalahan yang dialami oleh konseli; dan (4) hipno-spiritual suatu pendekatan dalam hipnoterfapi yang dipadukan dengan nilai-nilai spiritual/religius untuk membantu mengatasi masalah konseli.



Pengembangan dimensi spiritual/religius ini menjadi sesuatu yang menarik bagi mahasiswa maupun masyarakat. Hal ini disesuaikan dengan kehadiran Biro Tazkia dibawah naungan IAIN Salatiga yang lebih kaya akan pengembagnan spiritualitas.

3. ANALISIS DAN DISKUSI

Bimbingan dan konseling di perguruan tinggi memiliki peran penting bagi pengembangan kemampuan mahasiswa, khususnya dalam penyiapan *soft skill* mahasiswa. Berdasarkan pengalaman bimbingan dan konseling yang dilakukan di Biro Tazkia IAIN Salatiga, dapat dikatakan bahwa layanan yang diberikan berfungsi sebagai *preventif* (pencegahan), *kuratif* (penyembuhan), dan *development* (pengembangan) bagi mahasiswa. Hal ini sesuai dengan konsep yang dicanangkan UNESCO tentang empat pilar pendidkan, belajar untuk mengetahui (*learning to know*), belajar untuk berbuat (*learning to do*), belajar untuk menjadi jati diri (*learning to be*), dan belajar untuk hidup bermasyarakat dalam damai (*learning to live together*).

Dalam konteks belajar untuk mengetahui (*learning to know*) bimbingan dan konseling di perguruan tinggi setara dalam fungsi preventif. Hal ini dapat dipahami ketika peserta didik/mahasiswa belajar untuk mengetahui, maka mahasiswa akan memiliki pemahaman terkait sesuatu yang harus dilakukan atau sesuatu yang perlu dicegah sebagai mahasiswa. Sementara itu konteks belajar untuk berbuat (*learning to do*), belajar untuk menjadi (*learning to be*), dan belajar hidup bermasyarakat dalam damai (*learning to live together*) merupakan pengejawantahan dari fungsi pengembangan (*development*). Fungsi pengembangan dalam konteks kehidupan mahasiswa menjadi sesuatu yang sangat urgen dan perlu dikembangkan.

Kemampuan mahasiswa mengembangkan dirinya akan melahirkan karakter optimis, dimana dapat ditandai dengan adanya keyakinan yang menyeluruh akan terjadinya sesuatu yang positif (baik) di masa depan (Scheier, Carver, dan Bridges, 1994), harapan akhir yang baik, dan kecenderungan untuk meyakini bahwa segala sesuatu di dunia memiliki kemungkinan untuk terjadi secara positif (Gillham, et. al., 2001). Melalui karakter optimis itu pula, mahasiswa akan mampu mengubah energi negatif menjadi energi positif yang dimanfaatkan untuk mencapai tujuan jangka pendek maupun tujuan jangka panjang.

Adanya semangat dan spirit yang begitu kuat akan membawa dampak yang besar dalam kehidupan mahasiswa dalam segala aspek, baik pribadi, sosial, akademik, maupun karir. Dengan fokus utama adanya semangat dan keyakinan akan masa depan yang lebih positif (baik). Hasil dari timbulnya hal tersebut ditandai dengan munculnya kesejahteraan psikologis, kesehatan mental dan kepuasan hidup, lebih kreatif, tidak mudah putus asa, kerja keras, dan lebih banyak tersenyum.



Dalam konteks penerapan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi, hal yang dilakukan di Biro Tazkia adalah memadukan antara aspek kognitif dan aspek spiritual (hati) untuk menumbuhkan karakter optimis mahasiswa. Melalui perpaduan aspek kognitif dan spiritual akan menumbuhkan keyakinan yang sifatnya universal, yakni keyakinan dan harapan masa depan yang lebih positif baik saat ini (dunia) maupun masa yang akan datang (akhirat).

Melalui integrasi dimensi kognitif (akal) dan spiritual/religius (hati) dalam pelayanan konseling yang dilakukan oleh Biro Tazkia dalam pembentukan karakter optimis mahasiswa sebagaimana yang sudah dilakukan, seperti (1) *Emotional Spiritual Quotion* (ESQ); (2) psikoterapi massal melalui Majelis Doa Mawar Allah; (3) solusi qur'ani menggunakan pendekatan al-Qur'an; dan (4) hipno-spiritual merupakan suatu pendekatan untuk lebih memunculkan karakter optimis yang bersifat universal. Pendekatan-pendekatan yang dilakukan oleh Biro Tazkia dalam Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi (BKPT) disesuaikan dengan kondisi yang diperlukan oleh mahasiswa IAIN Salatiga yang mayoritas adalah penganut agama Islam.

4. KESIMPULAN

Urgensi bimbingan dan konseling di perguruan tinggi (BKPT) diperlukan dalam rangka membantu mengatasi persoalan mahasiswa serta mengembangkan soft skill mahasiswa, khususnya dalam menumbuhkan karakter optimis mahasiswa. Dengan hadirnya Biro Tazkia di IAIN Salatiga, karakter optimis mahasiswa dapat dikelola dengan baik karena ada wadah dan saluran mengekspresikan diri dalam kegiatan yang dilakukan.

Sebagai rekomendasi dalam pelaksanaan BKPT di perguruan tinggi lain (umum) menggunakan pendekatan agama untuk memberikan layanan kepada mahasiswa perlu dipertimbangkan. Hal ini sebagai konsekuensi mahasiswa Indonesia adalah mahasiswa yang religius. Rekomendasi lain adalah bagi perguruan tinggi yang belum memiliki unit layanan bimbingan dan konseling atau laboratorium konseling dapat mengadopsi hal-hal yang sudah dilakukan oleh Biro Tazkia maupun UPT LBK lainnya, sehingga kebutuhan *soft skill* mahasiswa dapat terpenuhi, tersalurkan, dan apabila mahasiswa mempunyai suatu persoalan mempunyai wadah atau tempat untuk menyelesaikan masalahnya.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Daraei, M., Ghadri, A.R. (2012). Optimis: Impact of Education on Optimism/Pessimism. *Journal Of Indian Academy of Applied Psychology* Vol 38. No 2, 339-343.
- David, D., Montgomery, G.H., Bovbjer, D.H. (2006). Relations between Coping Response and Optimis-Pessimism in Predicting Anticipatory Psychological



- Distress in Surgical Breast Cancer Patients. Personality and Individual Differences 40,
- Gillham, J.E., Shatté, A.J., Reivich, K.J., & Seligman, M.E.P. (2001). Optimism, pessimism, and explanatory style. In E.C. Chang (Ed.), *Optimism & pessimism*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Myers, D.G. (2000). *The Funds, Friends, And Faith Of Happy People*. American Psychologist, In press
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths And Virtues: A Handbook And Classification*. New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35, 1103–1119.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from euroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078. doi:10.1037//0022-3514.67.6.1063.
- Scheier, M.F., Carver, C.S., & Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of The Life Orientation Test. *Journal of personality and social psychology*, 67, 1063-1078.
- Seligman, M. E. P. (2008). Positive Health. *Applied psychology: an international review*, 15(1), 3-18.
- Yusuf, Syamsu LN. (2009). *Layanan Bimbingan Bagi Mahasiswa Panduan Untuk Dosen Pembimbing Akademik*, Bandung: Rizqi Press.